



Roma, 9 febbraio 2011

Prot. n. 402 /ST/tp

ALLE SOCIETA' INTERESSATE  
AL CONSIGLIO FEDERALE  
AI COMITATI/DELEGATI REGIONALI  
STAFF TECNICO  
AI CONI -COMMISSIONE ANTIDOPING  
COMITATI CONTROLLI ANTIDOPING

**OGGETTO: Canoa Slalom - Raduno Junior VALSTAGNA, 18 – 20 febbraio 2011.**

In conformità al Programma di Attività 2011, la scrivente Federazione Italiana Canoa Kayak convoca per il raduno in oggetto i seguenti atleti:

**K1 MASCHILE**

CANOA CLUB BRESCIA:	Giovanni DE GENNARO
CANOA CLUB BOLOGNA:	Davide MONGUZZI, Luca MALOSI
CANOTTIERI ERIDANO – Amici del Po:	Lorenzo VERONESI
SPORT CLUB BRESCIA LIBERAVVENTURA:	Filippo DUSI
IVREA CANOA CLUB:	Daniel LAURIOLA
POLISPORTIVA MONTEREALE:	Davide DEL TIN * In attesa di regolarizzare il tesseramento
CIRCOLO AMICI DEL FIUME:	Gianluca MACCHIA * In attesa di regolarizzare il tesseramento
CANOANIUM CLUB SUBIACO:	Nicola MICOZZI

**C1 MASCHILE**

CANOA CLUB KAYAK VALSTAGNA:	Paolo CECCON
CANOA CLUB VERONA:	Raffaello IVALDI
GR.KAYAK CANOA CORDENONS:	Giacomo COSTANTINO

**K1 FEMMINILE**

GR.DIL.CANOA L.N.I. QUINTO:	Eleonora TASSAROTTI, Chiara SABATTINI
ASS.DIL.KAYAK TREVISO:	Eleonora LUCATO * In attesa di regolarizzare il tesseramento

<b>Tecnici Federali:</b>	Mario VERONESI, Francesco STEFANI
<b>Collaboratori Tecnici:</b>	Enrico GHENO, Pierpaolo FERRAZZI;
<b>Collaboratori Logistici:</b>	Gabriele CECCON, Andreina CECCON; * In attesa di regolarizzare il tesseramento

Il ritrovo è previsto per il giorno 18 febbraio 2011 alle ore 15.30 presso il campo slalom di Valstagna. L'alloggio è previsto presso L'Ostello delle scuole elementari di Valstagna. Gli atleti e le Società interessate, per eventuali informazioni potranno contattare il Tecnico Federale: Mario Veronesi al 335.5916851.

Gli atleti convocati dovranno presentarsi muniti della propria attrezzatura sportiva e della canoa.

Il raduno terminerà il giorno 20 febbraio 2011

Si informano le Società interessate che **l'impossibilità di partecipazione o eventuali variazioni del periodo di presenza dei propri atleti rispetto a quello previsto dalla convocazione, per gravi e giustificati motivi**, dovrà **obbligatoriamente** essere comunicata al Settore Tecnico (via e-mail: [sett.tecnico@federcanoa.it](mailto:sett.tecnico@federcanoa.it) o via fax 06.36858171) **per consentire alla scrivente Federazione di informare tempestivamente il Comitato Controlli Antidoping del CONI.**

Cordiali saluti.

Daniela Sebastiani  
Segretario Generale



## Programma

venerdì 18: divisi in tre gruppi lavoro alternato

1° seduta: Lavoro tecnico su acqua mossa; combinazioni 3 – 4 porte con richiamo dei fondamentali

sabato 19: divisi in tre gruppi lavoro alternato

1° seduta: 3 x 3 (30" + 30") + 4',30" risalita in canoa (se possibile)

2 x 2 (45" + 45") + 4',30" risalita in canoa

2 x 1'30" + 4',30" risalita in canoa

2° seduta: 7 - 8 x 6' + 1' piatto/mosso facile: lavoro aerobico a crono decrescente curando l'esecuzione e l'applicazione delle variabili esecutive dei singoli fondamentali

Domenica 20: divisi in tre gruppi lavoro alternato

1° seduta: 8 percorsi gara a ritmo crescente